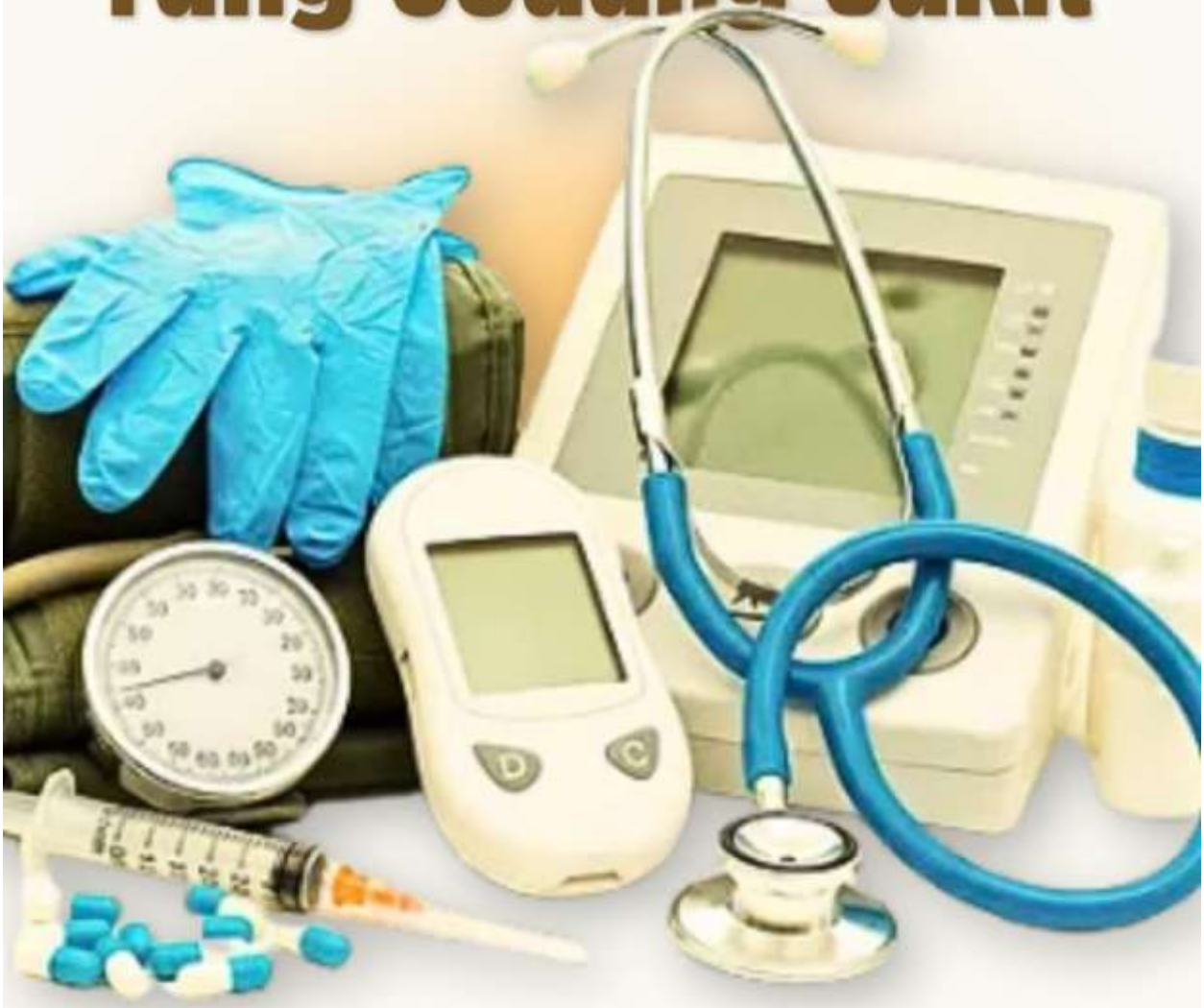
Untukmu
Yang Sedang Sakit



Abu Asma Andre

UNTUKMU YANG SEDANG SAKIT

Abu Asma Andre

بسم الله الرحمن الرحيم

إن الحمد لله نحمده ونستعينه ونستغفره ونعوذ بالله من شرور أنفسنا ومن سيئات أعمالنا من يهده الله فلا مضل له ومن يضلل فلا هادي له وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له ، وأشهد أن محمداً عبده ورسوله.

يَا أَيُّهَا الّذِينَ آمَنُواْ اتّقُواْ اللّهَ حَقّ تُقَاتِهِ وَلاَ تَمُوتُنّ إِلاّ وَأَنْتُمْ مّسْلِمُون

يَآ أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوْا رَبَّكُمُ الَّذِيْ خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالاً كَثِيْراً وَنِسَآءً وَاتَّقُوْا اللَّهَ الَّذِيْ تَسَآءَلُونَ بِهِ وَالأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيْباً

يَا أَيُّهَا الّذِينَ آمَنُواْ اتّقُواْ اللّهَ وَقُولُواْ قَوْلاً سَدِيداً . يُصْلِحْ لَكُمْ أَعْمَالَكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَمَن يُطِعِ اللّهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ فَازَ فَوْزاً عَظِيماً

أما بعد: فإن أصدق الكلام كلام الله وخير الهدي هدي محمد وشر الأمور محدثاتها وكل محدثة بدعة وكل بدعة ضلالة وكل ضلالة في النار.

Diantara hikmah yang Allah ﷻ tetapkan kepada hamba-Nya adalah mereka diberikan ujian, dan diantara bentuk ujian adalah sakit. Bahkan kepada hamba-Nya yang utama seperti para Nabi dan Rasul pun tidak luput tertimpa ujian berupa sakit.

Allah ﷻ berfirman :

وَٱذْكُرْ عَبْدَنَآ أَيُّوبَ إِذْ نَادَىٰ رَبَّهُۥٓ أَنِّى مَسَّنِىَ ٱلشَّيْطَٰنُ بِنُصْبٍ وَعَذَابٍ ﴿٤١﴾ ٱرْكُضْ بِرِجْلِكَ ۖ هَٰذَا مُغْتَسَلٌۢ بَارِدٌ وَشَرَابٌ ﴿٤٢﴾ وَوَهَبْنَا لَهُۥٓ أَهْلَهُۥ وَمِثْلَهُم مَّعَهُمْ رَحْمَةً مِّنَّا وَذِكْرَىٰ لِأُو۟لِى ٱلْأَلْبَٰبِ ﴿٤٣﴾ وَخُذْ بِيَدِكَ ضِغْثًا فَٱضْرِب بِّهِۦ وَلَا تَحْنَثْ ۗ إِنَّا وَجَدْنَٰهُ صَابِرًا ۚ نِّعْمَ ٱلْعَبْدُ ۖ إِنَّهُۥٓ أَوَّابٌ ﴿٤٤﴾

“ Dan ingatlah akan hamba Kami Ayyub ketika ia menyeru Tuhannya : “ Sesungguhnya aku diganggu syaithan dengan kepayahan dan siksaan. (Allah berfirman) : “ Hantamkanlah kakimu, inilah air yang sejuk untuk mandi dan untuk minum. Dan Kami anugerahi dia (dengan mengumpulkan kembali) keluarganya dan (kami tambahkan) kepada mereka sebanyak mereka pula sebagai rahmat dari Kami dan pelajaran bagi orang-orang yang mempunyai fikiran. Dan ambillah dengan tanganmu seikat (rumput), maka pukullah dengan itu dan janganlah kamu melanggar sumpah. Sesungguhnya Kami dapati ia (Ayyub) seorang yang sabar. Dialah sebaik-baik hamba. Sesungguhnya ia amat taat (kepada Tuhan-nya). “ **(QS Shaad : 41 – 44)**

Al Imam Ibnu Katsir *rahimahullah* berkata : " Ini adalah pengingat bagi siapa saja yang diuji pada tubuhnya, hartanya, atau anaknya. Maka hendaknya ia meneladani Nabi Allah Ayyub عليه السلام, karena Allah عز وجل telah mengujinya dengan sesuatu yang lebih besar dari itu, lalu ia bersabar dan mengharapkan pahala, hingga akhirnya Allah عز وجل memberikan kelapangan kepadanya. " [1]

Asy Syaikh As Sa'di *rahimahullah* berkata : " Dan hendaklah orang-orang yang berakal ingat akan keadaan Ayyub عليه السلام dan mengambil pelajaran darinya, agar mereka mengetahui bahwa siapa yang sabar dalam menghadapi kesulitan, maka Allah عز وجل akan memberikan balasan kepadanya baik segera maupun nanti, dan akan mengabulkan doanya ketika dia berdoa. "[2]

Dan Nabi kita Muhammad ﷺ adalah pemimpin bagi seluruh umat yang pertama dan terakhir, yang diampuni segala dosa-dosanya yang telah lalu maupun yang akan datang. Beliau ﷺ diuji dengan penyakit sebagai sarana peningkatan derajatnya. Ibnu Mas'ud رضي الله عنه berkata :

دَخَلْتُ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ صلى اللهُ عليه وسلم وَهُوَ يُوعَكُ وَعْكًا شَدِيدًا، فَمَسَسْتُهُ بيَدي، فَقُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنَّكَ لَتُوعَكُ وَعْكًا شَدِيدًا؟ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلى اللهُ عليه وسلم: «أَجَلْ، إِنِّي أُوعَكُ كَمَا يُوعَكُ رَجُلَانِ مِنْكُمْ»، فَقُلْتُ: ذَلِكَ أَنَّ لَكَ أَجْرَيْنِ؟ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلى اللهُ عليه وسلم: «أَجَلْ»

" *Aku masuk menemui Rasulullah ﷺ saat beliau sedang mengalami sakit yang sangat berat. Aku meraba tubuh beliau dengan tanganku, lalu aku berkata, 'Wahai Rasulullah, apakah kamu sedang merasa sakit yang sangat berat?' Rasulullah ﷺ menjawab: 'Benar, aku merasakan sakit seperti dua orang di antara kalian.' Aku bertanya, 'Apakah itu berarti kamu akan mendapatkan dua pahala?'* [3] *Rasulullah ﷺ menjawab: 'Benar.* " **(Muttafaqun 'Alaihi)** [4]

---

[1] ***Al Bidayah wan Nihayah*** 1/513.
[2] ***Tafsir As Sa'di*** hal 714.
[3] Bahkan dikatakan dalam ***Mirqatul Mafatih*** 3/1129 : "... dua atau lebih. "
Saya (Abu Asma Andre) katakan : " ... atau lebih... " , hal ini sangat memungkinkan karena apabila seseorang yang mendapatkan ujian kemudian bersabar maka pahala sabar adalah tanpa batas, lihat QS Az Zumar : 10. "

Sesungguhnya, Nabi Muhammad ﷺ dalam sakitnya yang menyebabkan wafat beliau ﷺ, pingsan sebanyak tiga kali, 'Aisyah ﷺ berkata :

مَا رَأَيْتُ أَحَدًا أَشَدَّ عَلَيْهِ الْوَجَعُ مِنْ رَسُولِ اللَّهِ صلى اللهُ عليه وسلم

"*Tidak pernah aku melihat seseorang yang lebih berat penderitaannya daripada Rasulullah ﷺ.*" **(Muttafaqun 'Alaihi)** [5]

Begitulah sisi ujian dan cobaan yang Allah ﷻ timpakan untuk orang orang pilihan dari kalangan Nabi dan Rasul, untuk **meningkatkan derajat** mereka sekaligus sebagai **teladan bagi ummatnya** bagaimana seharusnya bersikap ketika diberi ujian dan cobaan.[6]

Dan disana ada juga ujian dan cobaan yang Allah ﷻ timpakan untuk selain Nabi dan Rasul, untuk diketahui bahwa sakit sangat mungkin Allah ﷻ timpakan kepada hamba-Nya dengan sebab kelalaian dan kekurangan mereka, hal ini merupakan salah satu cara yang dengan sebab itu akan terhapuskan kesalahan kesalahan mereka. Allah ﷻ berfirman :

لَّيْسَ بِأَمَانِيِّكُمْ وَلَآ أَمَانِيِّ أَهْلِ ٱلْكِتَٰبِ ۗ مَن يَعْمَلْ سُوٓءًا يُجْزَ بِهِۦ وَلَا يَجِدْ لَهُۥ مِن دُونِ ٱللَّهِ وَلِيًّا وَلَا نَصِيرًا ﴿١٢٣﴾

" *(Pahala dari Allah) itu bukanlah menurut angan-anganmu yang kosong dan tidak (pula) menurut angan-angan ahli Kitab. Siapa yang mengerjakan kejahatan, niscaya akan diberi pembalasan dengan kejahatan itu dan ia tidak mendapat pelindung dan tidak (pula) penolong baginya selain dari Allah.* " **(QS An Nisaa : 123)**

Zuhair berkata : Aku diberi kabar bahwa Abu Bakar ﷺ berkata : " Wahai Rasulullah, bagaimana keselamatan (kebaikan) setelah turunnya ayat ini :

لَّيْسَ بِأَمَانِيِّكُمْ وَلا أَمَانِيِّ أَهْلِ الْكِتَابِ مَن يَعْمَلْ سُوءًا يُجْزَ بِهِ وَلاَ يَجِدْ لَهُ مِن دُونِ اللهِ وَلِيًّا وَلاَ نَصِيرًا

[4] HR Imam Al Bukhari no 5667 dan Imam Muslim no 2571 dan ini lafadz Imam Muslim.
[5] HR Imam Al Bukhari no 5646 dan Imam Muslim no 2570.
[6] Saya memiliki tulisan dengan judul ***Alhamdulillah Saya Tertimpa Musibah*** yang dapat diunduh pada tautan berikut ini : https://archive.org/details/alhamdulillah_saya_tertimpa_musibah

" Bukanlah (pahala itu) berdasarkan angan-angan kalian dan bukan pula angan-angan Ahli Kitab. Siapa yang mengerjakan keburukan, niscaya akan dibalas dengannya, dan dia tidak akan mendapatkan pelindung maupun penolong selain Allah. " **(QS An Nisaa : 123)**

" Apakah setiap keburukan yang kami lakukan pasti akan dibalas ?" Maka Rasulullah ﷺ bersabda : *" Semoga Allah mengampunimu wahai Abu Bakar. Bukankah engkau pernah sakit? Bukankah engkau pernah merasa letih? Bukankah engkau pernah bersedih? Bukankah engkau pernah ditimpa kesulitan*?" Ia menjawab : "Benar." Beliau bersabda : "*Itulah balasan (di dunia) yang kalian terima (atas kesalahan-kesalahan kalian)*." **(HR Imam Ahmad)** [7]

Allah ﷻ berfirman :

وَمَآ أَصَـٰبَكُم مِّن مُّصِيبَةٍ فَبِمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ وَيَعْفُواْ عَن كَثِيرٍ ﴿٣٠﴾

" Dan apa saja musibah yang menimpa kamu maka adalah disebabkan oleh perbuatan tanganmu sendiri, dan Allah memaafkan sebagian besar (dari kesalahan-kesalahanmu). " **(QS Asy Syuraa : 30)**

Abu Hurairah ﷺ berkata : bersabda Rasulullah ﷺ

مَا يُصِيبُ الْمُسْلِمَ مِنْ نَصَبٍ، وَلَا وَصَبٍ، وَلَا هَمٍّ، وَلَا حُزْنٍ، وَلَا أَذًى، وَلَا غَمٍّ، حَتَّى الشَّوْكَةُ يُشَاكُهَا، إِلَّا كَفَّرَ اللَّهُ بِهَا مِنْ خَطَايَاهُ

" Setiap kesulitan yang menimpa seorang muslim, baik berupa kelelahan, sakit, kesedihan, penderitaan, kegelisahan, bahkan duri yang menyentuhnya, dengan itu maka Allah akan menghapuskan dosa-dosanya. " **(Muttafaqun 'Alaihi)** [8]

[7] HR Imam Ahmad no 68.
[8] HR Imam Al Bukhari no 5642 dan Imam Muslim no 2573.
Saya memiliki tulisan dengan judul ***Obat Resah Dan Gelisah*** yang dapat diunduh pada tautan berikut ini : https://archive.org/details/obat-resah-dan-gelisah

Anas bin Malik ﷺ berkata : bersabda Rasulullah ﷺ

إِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِعَبْدِهِ الْخَيْرَ عَجَّلَ لَهُ الْعُقُوبَةَ فِي الدُّنْيَا، وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِعَبْدِهِ الشَّرَّ أَمْسَكَ عَنْهُ بِذَنْبِهِ حَتَّى يُوَافِيَ بِهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ

" *Jika Allah menginginkan kebaikan bagi hamba-Nya, Dia segera memberikan hukuman di dunia atas kesalahannya. Namun, jika Allah menginginkan keburukan bagi hamba-Nya, Dia menahan dosa-dosanya, sehingga nanti dosa-dosa tersebut akan dibalas pada hari kiamat*." **(HR Imam At Tirmidzi)** [9]

Sebagian ulama berkata :

لولا المصائب لوردنا يوم القيامة مفاليس،وكان السلف يفرح أحدهم بالبلاء، كما يفرح أحدنا بالرخاء.

" Seandainya tidak ada musibah, maka kita akan datang pada hari kiamat dalam keadaan miskin (tanpa pahala). Dulu, para salafus shaleh merasa gembira dengan ujian dan cobaan, sebagaimana salah satu dari kita merasa gembira dengan kelapangan hidup. "

Abu Hurairah ﷺ berkata : Rasulullah ﷺ bersabda :

إِنَّ الرَّجُلَ تَكُونُ لَهُ الْمَنزِلَةُ عِندَ اللهِ فَمَا يَبلُغُهَا بِعَمَلٍ، فَلَا يَزَالُ يَبتَلِيهِ بِمَا يَكرَهُ حَتَّى يُبَلِّغَهُ ذَلِكَ.

" *Sesungguhnya seorang pria memiliki kedudukan yang tinggi di sisi Allah, namun dia tidak dapat mencapainya dengan amalnya. Maka Allah akan terus mengujinya dengan hal-hal yang dia benci, hingga dia sampai pada kedudukan tersebut.* " **(HR Al Imam Ibnu Hibban dan Imam Al Hakim)** [10]

Hadits ini mengajarkan kepada kita bahwa terkadang seorang hamba diuji dengan berbagai kesulitan atau musibah – diantaranya sakit, meskipun ia mungkin sudah berusaha beramal dengan baik. Ujian-ujian ini adalah cara Allah ﷻ untuk mengangkat derajatnya, terutama jika hamba tersebut belum mampu mencapai kedudukan yang tinggi di sisi-Nya hanya dengan

[9] HR Imam At Tirmidzi no 2396 dan di shahihkan oleh Syaikh Al Albani dalam ***Shahih Sunan At Tirmidzi*** no 1953.
[10] HR Imam Ibnu Hibban no 2897 dan Imam Al Hakim no 1314 dan dihasankan oleh Asy Syaikh Al Albani dalam ***Ash Shahihah*** no 1599.

amal perbuatannya. Allah ﷻ memberikan ujian yang dirasakan berat, tetapi ujian tersebut pada akhirnya menjadi sebab untuk mengangkat derajat seorang hamba di akhirat.

Jabir ﷺ berkata : Rasulullah ﷺ bersabda :

يَوَدُّ أَهْلُ الْعَافِيَةِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حِينَ يُعْطَى أَهْلُ الْبَلَاءِ الثَّوَابَ، لَوْ أَنَّ جُلُودَهُمْ كَانَتْ قُرِضَتْ فِي الدُّنْيَا بِالْمَقَارِيضِ

" *Pada hari kiamat, orang-orang yang hidup dalam keadaan sehat (tanpa musibah) akan sangat menginginkan, ketika mereka melihat pahala yang diberikan kepada orang-orang yang diuji dengan musibah, seandainya kulit mereka telah disayat-sayat di dunia dengan gunting-gunting sebagai bentuk ujian.* " **(HR Imam At Tirmidzi)** [11]

Seorang yang sakit dapat menggabungkan dua hal sekaligus : penyakitnya menjadi **penghapus dosa-dosa** dan **meningkatkan derajatnya**. Dan untuk menghadirkan kesabaran bagi yang sakit dia memperhatikan dua hal, karena jika ia merenungkannya, maka musibahnya akan terasa lebih ringan dan kegelisahannya akan berkurang :

1. Bahwa musibah ini bukanlah musibah dalam agama, karena musibah yang terkait dengan agama bisa mendatangkan dosa-dosa dan hukuman.
2. Bahwa musibahnya lebih ringan dibandingkan dengan musibah orang lain. Jika ia bertanya atau melihat sekelilingnya, ia akan melihat orang lain yang lebih parah sakitnya daripada dirinya.

Syuraih Al Qadhi *rahimahullah* berkata : " Tidak ada musibah yang menimpa diriku, kecuali aku memuji Allah ﷻ atasnya karena empat hal :

1. Bahwa Allah ﷻ memberikan aku kesabaran untuk menghadapinya.
2. Bahwa Allah ﷻ memberikan aku kemampuan untuk mengucapkan istirja' (بِسْمِ اللَّهِ إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ) ketika musibah itu datang.

[11] HR Imam At Tirmidzi no 2402 dan dihasankan oleh Syaikh Al Albani dalam ***Shahih Sunan At Tirmidzi*** no 1960.

3. Bahwa Allah ﷻ tidak memberikannya lebih besar dari itu.
4. Bahwa Allah ﷻ tidak menjadikannya terkait dengan agamaku."

Allah ﷻ berfirman :

ٱلَّذِينَ إِذَآ أَصَـٰبَتْهُم مُّصِيبَةٌ قَالُوٓاْ إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّآ إِلَيْهِ رَٰجِعُونَ ﴿١٥٦﴾

" *Yaitu orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan : " Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun.* " **(QS Al Baqarah : 156)**

Ummu Salamah ﵂ berkata bahwasanya Nabi ﷺ bersabda :

مَا مِنْ مُسْلِمٍ تُصِيبُهُ مُصِيبَةٌ فَيَقُولُ مَا أَمَرَهُ اللَّهُ: إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ، اللَّهُمَّ اجُرْنِي فِي مُصِيبَتِي وَأَخْلِفْ لِي خَيْرًا مِنْهَا، إِلَّا أَخْلَفَ اللَّهُ لَهُ خَيْرًا مِنْهَا

" *Seorang Muslim yang tertimpa musibah, lalu ia mengucapkan apa yang diperintahkan Allah :* ' إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ، اللَّهُمَّ اجُرْنِي فِي مُصِيبَتِي وَأَخْلِفْ لِي خَيْرًا مِنْهَ *(Sesungguhnya kami milik Allah dan sesungguhnya kepada-Nya lah kami kembali, Ya Allah, berikan aku pahala dalam musibah ini dan ganti dengan yang lebih baik), kecuali Allah akan mengganti musibah itu dengan yang lebih baik*."

Ummu Salamah berkata **:** " Ketika Abu Salamah wafat, aku berkata : 'Tidak ada seorang Muslim pun yang lebih baik dari Abu Salamah, dia adalah orang pertama yang berhijrah kepada Rasulullah ﷺ, kemudian aku mengatakan kalimat tersebut, maka Allah menggantikan untukku dengan Rasulullah ﷺ. " **(HR Imam Muslim)** [12]

Mentadaburi kisah Ummu Salamah ﵂ diatas maka kalimat ini (إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ، اللَّهُمَّ اجُرْنِي فِي مُصِيبَتِي وَأَخْلِفْ لِي خَيْرًا مِنْهَ) mengandung obat/penghibur dari Allah ﷻ bagi orang yang ditimpa musibah. Kalimat ini adalah sesuatu yang paling tepat dalam menghadapi musibah dan lebih bermanfaat bagi hamba di dunia dan akhirat kelak. Karena di dalamnya terkandung

[12] HR Imam Muslim no 918.

pengakuan yang tulus bahwa seorang hamba, jiwa, harta dan anaknya adalah milik Allah ﷻ. Allah ﷻ telah jadikan semua itu sebagai titipan. Jika Allah ﷻ mengambilnya maka hal itu seperti seseorang yang mengambil barang yang dipinjam oleh peminjam.

Kalimat ini juga mengandung pengukuhan bahwa kembalinya hamba hanya kepada Allah ﷻ. Seseorang pasti akan meninggalkan dunia ini di belakang punggungnya. Ia akan menghadap Allah ﷻ pada hari kiamat sendirian, sebagaimana awal mulanya akan menghadap Allah ﷻ dimana tidak ada keluarga dan harta yang bersamanya. Dia akan datang nanti dengan membawa amal kebaikan dan amal kejelekan.

Untukmu Yang Sedang Sakit

Seseorang yang sedang sakit hendaknya memperhatikan beberapa hal berikut ini :

Pertama : Harus dia berada dalam keadaan berprasangka baik kepada Allah ﷻ. Seseorang yang berprasangka baik kepada Allah ﷻ maka akan diberikan oleh Allah ﷻ rezeki berupa kelapangan dada, ketenangan jiwa dan hati yang tunduk.

Hendaklah setiap hamba berhusnuzhan (berprasangka baik) kepada Allah ﷻ atas musibah dan kesusahan yang menimpanya. Karena sesungguhnya keimanan dan tauhid seseorang tidak akan sempurna kecuali dengan husnuzhan kepada Allah ﷻ.

Abu Hurairah ﷺ berkata : Rasulullah ﷺ bersabda :

إِنَّ اللهَ جَلَّ وَعَلَا يَقُولُ: أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي، إِنْ خَيْراً فَلَهُ، وَإِنْ شَرًّا فَلَهُ

“ *Sesungguhnya Allah ﷻ berfirman : 'Aku sesuai dengan persangkaan hamba-Ku terhadap-Ku. Jika ia bersangka baik, maka baginya kebaikan, dan jika ia bersangka buruk, maka baginya keburukan*. “ **(HR Imam Ibnu Hibban)** [13]

[13] HR Imam Ibnu Hibban no 638 dan asalnya ada didalam ***Ash Shahihain***.

Al Qodhi 'Iyadh *rahimahullah* berkata : " Sebagian ulama mengatakan bahwa makna hadits diatas adalah Allah ﷻ akan memberi ampunan jika hamba meminta ampunan. Allah ﷻ akan menerima taubat jika hamba bertaubat. Allah ﷻ akan mengabulkan do'a jika hamba meminta. Allah ﷻ akan beri kecukupan jika hamba meminta kecukupan. Ulama lainnya berkata maknanya adalah berharap pada Allah ﷻ dan meminta ampunannya."[14]

Jabir ﷺ berkata bahwa ia pernah mendengar sabda Rasulullah ﷺ saat **tiga hari** sebelum wafatnya beliau ﷺ :

لاَ يَمُوتَنَّ أَحَدُكُمْ إِلاَّ وَهُوَ يُحْسِنُ بِاللَّهِ الظَّنَّ

"*Janganlah salah seorang di antara kalian mati melainkan ia harus berhusnuzhan pada Allah.*"
(**HR Imam Muslim**)

Asy Syaikh Muhammad bin Shalih Al 'Utsaimin *rahimahullah* berkata : " Engkau wajib husnuzhan kepada Allah ﷻ terhadap perbuatan-Nya di alam ini. Engkau wajib mengetahui bahwa apa yang Allah ﷻ lakukan merupakan hikmah yang sempurna, terkadang akal manusia memahaminya terkadang tidak. Dengan inilah keagungan Allah ﷻ dan hikmah-Nya di dalam takdir-Nya diketahui. Maka janganlah engkau menyangka bahwa jika Allah ﷻ melakukan sesuatu di alam ini, adalah karena kehendak-Nya yang buruk. Termasuk kejadian - kejadian dan musibah - musibah yang ada, Allah ﷻ tidak mengadakannya karena kehendak buruk yang berkaitan dengan perbuatan-Nya. Adapun yang berkaitan dengan makhluk, bahwa Allah ﷻ menetapkan apa yang Dia kehendaki, terkadang menyusahkan hamba, maka ini seperti firman Allah ﷻ :

قُلۡ مَن ذَا ٱلَّذِي يَعۡصِمُكُم مِّنَ ٱللَّهِ إِنۡ أَرَادَ بِكُمۡ سُوٓءًا أَوۡ أَرَادَ بِكُمۡ رَحۡمَةً ۚ وَلَا يَجِدُونَ لَهُم مِّن دُونِ ٱللَّهِ وَلِيّٗا وَلَا نَصِيرٗا ١٧

[14] ***Syarah Shahih Muslim*** 17/2.

" Katakanlah : " Siapakah yang dapat melindungi kamu dari (takdir) Allah jika Dia menghendaki bencana atasmu atau menghendaki rahmat untuk dirimu ? " dan orang-orang munafik itu tidak memperoleh bagi mereka pelindung dan penolong selain Allah. " (**QS Al Ahzab : 17**)

Dengan sebab teramat pentingnya baik sangka kepada Allah ﷻ ini, Imam Sa'id bin Jubair *rahimahullah* berdoa : " Ya Allah, aku memohon kepada-Mu tawakal yang tulus dan untuk selalu bersangka baik kepada-Mu. " [15]

Kedua : Memperbanyak berdzikir, berdoa dan mengeluh kepada Allah ﷻ, Allah ﷻ berfirman :

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِى عَنِّى فَإِنِّى قَرِيبٌ ۖ أُجِيبُ دَعْوَةَ ٱلدَّاعِ إِذَا دَعَانِ ۖ فَلْيَسْتَجِيبُوا۟ لِى وَلْيُؤْمِنُوا۟ بِى لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ ﴿١٨٦﴾

" Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah), bahwasanya Aku adalah dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada-Ku, maka hendaklah mereka itu memenuhi (segala perintah-Ku) dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran." **(QS Al Baqarah : 186)**

Allah ﷻ berfirman :

أَمَّن يُجِيبُ ٱلْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ ٱلسُّوٓءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَآءَ ٱلْأَرْضِ ۗ أَءِلَٰهٌ مَّعَ ٱللَّهِ ۚ قَلِيلًا مَّا تَذَكَّرُونَ ﴿٦٢﴾

" Atau siapakah yang memperkenankan (doa) orang yang dalam kesulitan apabila ia berdoa kepada-Nya, dan yang menghilangkan kesusahan dan yang menjadikan kamu (manusia) sebagai khalifah di bumi ? Apakah disamping Allah ada Tuhan (yang lain)? Amat sedikitlah kamu mengingat(Nya). " **(QS An Naml : 62)**

[15] ***At Tahdzib Al Maudhu'i li Hilyat Al Auliya'*** hal 316.

Al Hafidz Ibnu Hajar *rahimahullah* berkata : " Sesungguhnya pengobatan segala penyakit dengan doa dan bersandar kepada Allah ﷻ lebih efektif dan lebih bermanfaat daripada obat-obatan medis, dan bahwa pengaruhnya serta dampak untuk tubuh darinya lebih besar daripada pengaruh obat-obatan fisik. Namun, hal ini hanya berhasil dengan dua hal : yang **pertama** dari sisi orang yang sakit, yaitu keikhlasan niat, dan yang **kedua** dari sisi penyembuh, yaitu kekuatan arah doa dan kekuatan hatinya dengan ketakwaan dan tawakal." [16]

Ketiga : Bahwa seorang yang sakit tidak seharusnya bergantung pada sebab-sebab seperti rumah sakit dan dokter, yang wajib adalah agar hati berpegang teguh pada Dzat yang menurunkan penyakit, dan hanya Dia ﷻ pula yang dapat mengangkatnya. Karena Dia ﷻ adalah Penyembuh, tidak ada kesembuhan kecuali kesembuhan dari-Nya, dan tidak ada yang dapat menghilangkan penyakit selain Dia, baik itu penyakit jasmani maupun rohani.

Allah ﷻ berfirman :

وَإِن يَمْسَسْكَ ٱللَّهُ بِضُرٍّ فَلَا كَاشِفَ لَهُۥٓ إِلَّا هُوَ ۖ وَإِن يَمْسَسْكَ بِخَيْرٍ فَهُوَ عَلَىٰ كُلِّ شَىْءٍ قَدِيرٌ ﴿١٧﴾

" *Dan jika Allah menimpakan sesuatu kemudharatan kepadamu, maka tidak ada yang menghilangkannya melainkan Dia sendiri dan jika Dia mendatangkan kebaikan kepadamu, Maka Dia Maha Kuasa atas tiap-tiap sesuatu.* " **(QS Al An'aam : 17)**

Allah ﷻ berfirman :

وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ ﴿٨٠﴾

" *Dan apabila aku sakit, Dialah yang menyembuhkan aku.* " **(QS Asy Syu'araa : 80)**

[16] ***Fathul Baari*** 10/115.

Allah ﷻ berfirman tentang Nabi Ayyub عليه السلام :

۞ وَأَيُّوبَ إِذْ نَادَىٰ رَبَّهُۥٓ أَنِّى مَسَّنِىَ ٱلضُّرُّ وَأَنتَ أَرْحَمُ ٱلرَّٰحِمِينَ ﴿٨٣﴾ فَٱسْتَجَبْنَا لَهُۥ فَكَشَفْنَا مَا بِهِۦ مِن ضُرٍّ ۖ وَءَاتَيْنَٰهُ أَهْلَهُۥ وَمِثْلَهُم مَّعَهُمْ رَحْمَةً مِّنْ عِندِنَا وَذِكْرَىٰ لِلْعَٰبِدِينَ ﴿٨٤﴾

" *Dan (ingatlah kisah) Ayyub, ketika ia menyeru Tuhannya : (Ya Tuhanku), sesungguhnya aku telah ditimpa penyakit dan Engkau adalah Tuhan yang Maha Penyayang di antara semua Penyayang. Maka Kamipun memperkenankan seruannya itu, lalu Kami lenyapkan penyakit yang ada padanya dan Kami kembalikan keluarganya kepadanya, dan Kami lipat gandakan bilangan mereka, sebagai suatu rahmat dari sisi Kami dan untuk menjadi peringatan bagi semua yang menyembah Allah.* " **(QS Al Anbiyaa : 83 – 84)**

Penting : Hukum Hukum Seputar Sebab

Ada tiga hal yang harus diketahui oleh seseorang terkait dengan pengambilan sebab :

1. Sebab yang diambil harus terbukti secara **syariat** atau **qadari**.

Secara syariat maksudnya Al Qur-an dan As Sunnah telah menunjukkan bahwa sesuatu tersebut merupakan sebab yang menghantarkan terjadinya atau tidak terjadinya sesuatu.

Contoh : Amal shalih sebab masuk surga

Bertaqwa sebab mendapatkan kelapangan rezeki, dan lain-lain

Secara qadari maksudnya bahwa sunnatullah atau pengalaman atau penelitian ilmiah menyatakan bahwa sesuatu tersebut merupakan sebab yang menghantarkan terjadinya atau tidak terjadinya sesuatu.

Contoh : Makan sebab untuk kenyang

Berjaket untuk melindungi tubuh dari pengaruh udara yang tidak diinginkan.

Sebab qadari terbagi menjadi dua : sebab yang **halal** dan sebab yang **haram.**

Contoh sebab qadari yang halal : belajar agar menjadi pintar

Contoh sebab qadari yang haram : korupsi agar mendapatkan harta.

2. Hati tetap bersandar kepada Allah ﷻ tidak bersandar kepada sebab. (Hanya bertawakal kepada Allah ﷻ).

Maksudnya ketika mengambil sebab hati tetap bertawakal memohon pertolongan kepada Allah ﷻ. Hati tidak condong kepada sebab tersebut sehingga merasa tenang kepada sebab bukan kepada Allah ﷻ.

Contoh :

1. Seseorang yang merasa pasti akan berhasil tatkala telah memperhitungkan segala sesuatunya maka pada dirinya ada indikasi telah bersandar kepada sebab.
2. Seseorang yang kecewa atas sebuah kegagalan padahal dia merasa telah mengambil sebab sebaik-baiknya, maka pada dirinya ada indikasi bahwa ia telah bersandar kepada sebab.

3. Tetap memiliki keyakinan betapapun keampuhan sebuah sebab, berpengaruh atau tidaknya hanya Allah ﷻ yang mentakdirkan.

Artinya jika Allah ﷻ menghendaki sebab itu berpengaruh maka akan menghasilkan sesuai dengan sunnatullah, akan tetapi jika Allah ﷻ tidak menghendaki untuk berpengaruh maka sebab tersebut tidak menghasilkan apa-apa.

Contoh : Api yang besar sunnatullah akan membakar, namun ketika Allah ﷻ menghendaki lain maka api itu menjadi dingin seperti kisah pada Nabi Ibrahim عليه السلام .

Terkait dengan ketiga hal diatas maka ada lima macam keadaan pada diri seseorang, yaitu :

1. Mengambil sebab dengan memenuhi seluruh kriteria di atas adalah bukti kebenaran tauhid seorang hamba.
2. Memenuhi seluruh kriteria diatas tetapi dengan sebab qadari yang haram maka merupakan perbuatan maksiat pada diri seorang hamba.
3. Tidak mengambil sebab baik sebab syariat maupun sebab qadari maka dihukumi syirik kecil selama tidak ada unsur pengabdian kepada selain Allah ﷻ . Karena pada hakikatnya takdir dan hukum sebab akibat yang telah Allah ﷻ tetapkan.
4. Kriteria kedua tidak terpenuhi maka dihukumi syirik kecil dan termasuk syirik khafi.

5. Kriteria ketiga tidak terpenuhi hamba yang melakukan hal ini telah melakukan pendustaan terhadap syariat maka dihukumi syirik akbar karena telah meyakini adanya pencipta selain Allah ﷻ. [17]

Keempat : Bersabar dan mengharap pahala dari Allah ﷻ, serta tidak berkeluh kesah dan marah, karena ujian yang dialami seorang mukmin adalah sesuai dengan kadar imannya.

Sabar adalah sifat yang agung, terdapat banyak dalil dari Al Qur-an maupun As Sunnah yang terkait dengan keutamaan sabar dan pujian atas orang orang yang sabar. Sabar memiliki tiga unsur :

1. Sabar didalam menjalankan keta'atan hingga keta'atan tersebut tertunaikan.
2. Sabar didalam meninggalkan larangan.
3. Sabar ketika berhadapan dengan qadha dan qadar.[18]

Adapun sabar ketika menghadapi kesusahan dan sakit adalah menahan jiwa dari berkeluh-kesah, menahan lisan dari mengadu kepada manusia, dan menahan anggota badan dari perkara yang menyelisihi syari'at. Bagi seorang mukmin sabar merupakan senjatanya untuk menghadapi kesusahan dan hal itu akan membuahkan kebaikan baginya.[19]

Sa'ad bin Abi Waqqash ﷺ berkata : " Wahai Rasulullah ﷺ siapakah manusia yang paling berat cobaannya ? Beliau ﷺ menjawab :

الْأَنْبِيَاءُ، ثُمَّ الْأَمْثَلُ فَالْأَمْثَلُ، فَيُبْتَلَى الرَّجُلُ عَلَى حَسَبِ دِينِهِ، فَإِنْ كَانَ دِينُهُ صُلْبًا اشْتَدَّ بَلَاؤُهُ، وَإِنْ كَانَ فِي دِينِهِ رِقَّةٌ ابْتُلِيَ عَلَى حَسَبِ دِينِهِ، فَمَا يَبْرَحُ الْبَلَاءُ بِالْعَبْدِ حَتَّى يَتْرُكَهُ يَمْشِي عَلَى الْأَرْضِ مَا عَلَيْهِ خَطِيئَةٌ

[17] ***Mutiara Faidah Kitab Tauhid*** hal 43-44 , Ustadz Abu Isa Abdullah bin Salam *hafidzahullah*

[18] Hal ini sebagaimana dinyatakan oleh banyak ulama diantaranya oleh Al Imam Ibnul Qayyim *rahimahullah* dalam ***Madarijus Salikin***.

[19] Saya memiliki tulisan dengan judul ***Sabar Didalam Al Qur-an*** yang dapat diunduh pada tautan berikut ini : https://archive.org/details/sabar-didalam-al-qur-an

" *Para nabi, kemudian orang yang paling mirip dengan mereka, lalu yang paling mirip lagi, maka seseorang akan diuji sesuai dengan agamanya. Jika agamanya kokoh, maka ujiannya akan semakin berat. Dan jika agamanya lemah, maka dia akan diuji sesuai dengan kadar kekuatan agamanya. Tidaklah ujian itu berhenti pada seorang hamba hingga ia berjalan di muka bumi tanpa ada dosa yang tertinggal padanya.*" **(HR Imam At Tirmidzi)** [20]

عن أنس بن مالك -رضي الله عنه- عن النبي -صلى الله عليه وسلم- أنه قال: «إِنَّ عِظَمَ الْجَزَاءِ مَعَ عِظَمِ الْبَلَاءِ» وَإِنَّ اللهَ إِذَا أَحَبَّ قَوْمًا ابْتَلَاهُمْ، فَمَنْ رَضِيَ فَلَهُ الرِّضَا وَمَنْ سَخِطَ فَلَهُ السُّخْطُ

Dari Anas bin Malik ﷺ dari Nabi ﷺ bahwa beliau bersabda : " *Sesungguhnya besarnya pahala tergantung pada besarnya ujian dan jika Allah mencintai suatu kaum, Dia pasti menguji mereka. Siapa yang ridha maka baginya keridhaan (Allah) dan siapa yang murka maka baginya kemurkaan (Allah).* " **(HR Imam At Tirmidzi dan Imam Ibnu Majah)**

Nabi ﷺ mengabarkan kepada kita dalam hadits ini bahwa seorang mukmin bisa ditimpa musibah, baik pada diri, harta atau hal yang lainnya. Allah ﷻ akan mengganjar musibah yang menimpanya jika dia sabar. Semakin besar musibah dan pengaruhnya, semakin besar pula pahala dari Allah ﷻ. Rasulullah ﷺ menjelaskan bahwa musibah adalah tanda kecintaan Allah ﷻ kepada mukmin dan bahwa qadha dan qadar Allah pasti terjadi. Namun orang yang sabar dan ridha, maka Allah ﷻ akan mengganjarnya atas keridhaan itu dengan keridhaan-Nya atas orang tersebut dan cukuplah itu sebagai pahala/ganjaran. Siapa yang kecewa, benci pada qadha dan qadar Allah, maka Allah ﷻ murka kepadanya dan cukuplah itu sebagai hukuman.[21]

[20] HR Imam At Tirmidzi no 2398 dan beliau berkata hadits hasan shahih.
[21] ***Mausu'ah Ahaadits An Nawabiyyah*** 1/208.

Abu Ali Ad Daqqaq *rahimahullah* berkata : " Hakikat sabar adalah tidak memprotes sesuatu yang sudah ditetapkan dalam takdir. Adapun menampakkan musibah yang menimpa selama bukan untuk berkeluh-kesah (karena merasa tidak puas terhadap takdir-pent) maka hal itu tidaklah meniadakan kesabaran. " [22]

Abdul Malik bin Abjar *rahimahullah* berkata : " Manusia pasti diuji dengan kesehatan untuk dilihat bagaimana wujud syukurnya, atau diuji dengan sakit untuk dilihat bagaimana wujud sabarnya. " [23]

Kelima : Seorang yang sakit hendaknya meruqyah dirinya sendiri dengan **ruqyah syar'iyyah**, seperti membaca Surah Al Fatihah, Al Mu'awwidzatain, serta Ayat Kursi. Di antara doa-doa yang diajarkan adalah sabda Rasulullah ﷺ :

اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ، أَذْهِبِ الْبَاسَ، اشْفِهِ وأَنْتَ الشَّافِي، لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ، شِفَاءً لَا يُغَادِرُ سَقَمًا

" *Ya Allah, Tuhan seluruh umat manusia, hilangkanlah penyakit ini, sembuhkanlah dia, dan Engkaulah Penyembuh. Tidak ada kesembuhan kecuali kesembuhan dari-Mu, kesembuhan yang tidak meninggalkan penyakit*. " **(Muttafaqun 'Alaihi)** [24]

Keenam : Hendaklah seseorang yang sakit tidak berputus asa dari kesembuhan, karena Allah ﷻ Maha Kuasa atas segala sesuatu. Allah ﷻ berfirman :

يَٰبَنِيَّ ٱذۡهَبُواْ فَتَحَسَّسُواْ مِن يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَاْيۡـَٔسُواْ مِن رَّوۡحِ ٱللَّهِۖ إِنَّهُۥ لَا يَاْيۡـَٔسُ مِن رَّوۡحِ ٱللَّهِ إِلَّا ٱلۡقَوۡمُ ٱلۡكَٰفِرُونَ ٨٧

" *Hai anak-anakku, pergilah kamu, carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir*. " **(QS Yusuf : 87)**

---

[22] ***Syarh Muslim*** 3/7.
[23] ***Shifatush Shafwah*** 3/123.
[24] HR Imam Al Bukhari no 5743 dan Imam Muslim no 2191.

Allah ﷻ berfirman :

إِنَّمَآ أَمۡرُهُۥٓ إِذَآ أَرَادَ شَيۡـًٔا أَن يَقُولَ لَهُۥ كُن فَيَكُونُ ﴿٨٢﴾

“ *Sesungguhnya keadaan-Nya apabila Dia menghendaki sesuatu hanyalah berkata kepadanya : “Jadilah! “ Maka terjadilah ia.* “ **(QS Yaasin : 82)**

Nabi Ayyub ﷺ tinggal dalam penderitaan selama delapan belas tahun, kemudian Allah ﷻ mengangkat penderitaannya dan menyembuhkan penyakitnya.

Penutup

Untukmu yang sedang sakit, bertahanlah sedikit lagi, rasa lelahmu tidak sia-sia, dan setiap detik kesabaranmu bernilai di sisi Allah ﷻ. Mungkin hari ini terasa berat, namun yakinlah bahwa kesembuhan sedang berjalan mendekat – setiap bersama kesulitan ada kemudahan - begitulah janji Allah *Asy Syifaa’*. Tetaplah berharap, tetaplah berdoa, karena tidak ada sakit yang abadi, dan tidak ada doa yang terabaikan. Semoga Allah ﷻ mengangkat penyakitmu, menggantinya dengan sehat, dan melimpahkan ketenangan dalam hatimu.

Abu Asma Andre

14 Syawal 1447 H

(3 April 2026)

سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ، أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ